

LE DÉFI WEB DE VALENTIN

Notre expert Internet obéit, cette semaine, aux désirs d'**Aurélie**, une lectrice amatrice de vieux livres d'école.

«Trouve-moi un syllabaire de 1960!»

Un livre d'école fribourgeois de 1960 qui s'appelle le syllabaire? Aurélie, la lectrice de cette semaine, me précise que la couverture est verte. OK, je vais essayer.

START! Eh bien, cette fois on va faire du Web local! J'entends par là que pour un tel bouquin je ne vais pas aller visiter des sites japonais ou américains... Alors, cette fois, je commence ma recherche par **Google.ch**. Eh oui, pour une fois je ne prends pas la version française du moteur de recherche, mais bien la version suisse. Pourquoi? Simplement parce que je trouve que la .fr fait du meilleur travail sur la «région» francophone alors que je ciblerai plus facilement les résultats suisses avec la version .ch. Pas plus compliqué que ça. Bon, Google.ch, donc. Le tout premier site qui ressort de cette première recherche, c'est **Edcarte.ch**. Il me propose un syllabaire de 1937 mais réédité il y a deux ans. Cool, mais ce n'est pas ça que je veux.

Ensuite, j'arrive sur le site **La-brocante.ch**. Je n'y trouve pas un, ni deux syllabaires, mais pas moins de 5 modèles différents! Ils datent de 1912 à 1962 et les prix vont de 190 fr. à 350 fr. Un exemplaire pourrait correspondre à celui que je cherche mais il a apparemment déjà été vendu. A noter que c'était le moins cher! Zut, quand même.

Puis je tombe sur le site **Chapitre.com**. C'est une vraie mine pour tout ce qui a trait aux livres. J'y trouve bien un syllabaire

fribourgeois à vendre pour environ 500 fr., mais, comme il n'y a pas de photo, je ne peux pas savoir si c'est «le» fameux. Aurélie devrait se renseigner un peu de ce côté-là... Bon, dernière tentative. Via **Google.ch**, j'arrive sur **ebay.ca**. Oui, la version canadienne du site d'enchères! Ce qui démonte l'intro de mon texte! Grrr! J'y trouve une vieille annonce qui vendait un syllabaire tout comme celui que je cherche pour environ 115 fr. Malheureusement, la vente est terminée depuis janvier. Dommage. Mais comment un livre d'école fribourgeois est-il arrivé au Canada?! Ça, ça me turlupine. Donc, voilà, je n'ai pas réussi à trouver ce livre. Mais avec un petit peu de chance, il y aura bien un lecteur qui me contactera pour donner ou vendre un exemplaire gardé par hasard au grenier... Au suivant maintenant! ■



DÉFI RATÉ en 1 heure 50 minutes

LANCEZ-MOI UN DÉFI
Défiez-moi de trouver des trucs «impossibles»
www.lematin.ch/valentin

NEWS

Vous cherchez des destinations originales pour votre lune de miel? Un site français spécialisé dans la préparation des mariages propose quelque 200 idées. Certaines classiques (Egypte, Tahiti...), d'autres plus particulières, comme: la Laponie, avec logement sous igloo; les îles indonésiennes de Mentawai à parcourir en nomade; le Brésil, à découvrir en participant à un trek d'une dizaine de jours ou encore en Afrique du Sud, pour un safari dantesque. www.1001listes.fr



SANTÉ
Près de deux millions de personnes souffrent d'**allergies** en Suisse. Les différents moyens d'agir.
COMMENT SURVIVRE AUX ALLERGIES

Eternuement, larmoiement, écoulement nasal... les allergies saisonnières ne cessent d'augmenter. Aujourd'hui, elles touchent près d'une personne sur trois. Et celles alimentaires suivent la même voie. Si les allergies peuvent survenir à tout âge, elles apparaissent le plus souvent dès l'enfance. Alors, comment leur résister? Petit tour d'horizon des différents moyens à disposition, à quelques jours de la première Journée nationale d'allergie du 21 mars.

Les médicaments
Pour les allergies alimentaires, il n'y a pas d'«antidotes», si ce n'est d'éviter l'aliment provoquant la réaction. En revanche, différents produits permettent de traiter les allergies respiratoires.

Ce qu'il en est... Contre le rhume des foins, on utilise avant tout des antihistaminiques. La plupart sont en vente libre en pharmacies, sous forme de comprimés, et agissent sur divers symptômes (éternuement, écoulement nasal, petites démangeaisons).

Autres médicaments utiles: les gouttes pour les yeux et les sprays pour le nez. «Si l'allergie est légère, l'automédication peut être suffisante, souligne le Dr Philippe Eigenmann, allergologue aux Hôpitaux universitaires de Genève (HUG). En revanche, si la situation se détériore d'année en année, il faut consulter. D'autant que les antihistaminiques n'ont aucun effet sur l'asthme, qui peut éventuellement survenir. Dans ces cas-là, il est nécessaire d'utiliser un dilateur des bronches ou un médicament par inhalation pour désenflammer.»

Les limites... Les antihistaminiques ont beaucoup évolué ces dernières années et ne provoquent quasi plus de somnolences. En revanche, l'allergie elle-même induit un état de fatigue et de mal-être. Et si les traitements agissent sur les symptômes, ils ne feront pas disparaître la cause.

La désensibilisation

Ce procédé donne de bons résultats dans environ trois quarts des cas

(venins de guêpes, abeilles, etc., acariens, pollens). Il ne se pratique pas sur les allergies alimentaires.

Ce qu'il en est... La désensibilisation est efficace si la cause (ou les causes) de l'allergie est clairement déterminée. Ce qui est parfois difficile. «Il y a souvent une surinterprétation des tests, souligne le Dr Philippe Eigenmann. C'est-à-dire qu'on peut avoir un terrain allergène à certaines substances et ne jamais développer l'allergie.»

Les limites... Se faire désensibiliser nécessite un long investissement, côté temps et argent. Du coup, si l'allergie peut être facilement gérée avec des remèdes, ou encore en limitant les sorties les jours de forts pollens, on ne conseille pas la désensibilisation. Du moins pas dans les deux ou trois ans suivant l'apparition des symptômes.

Le vaccin

Il n'en existe toujours pas. Et rien n'est prévu pour un proche avenir... L'industrie pharmaceutique ne menant pas vraiment de recherches dans ce domaine.

Ce qu'il en serait... Un vaccin permettrait d'immuniser à titre préventif un enfant contre un ou différents types d'allergies. Ce serait particulièrement bénéfique pour des enfants nés de deux parents allergiques. Leur risque de développer une allergie étant de 40%, alors qu'autrement il tourne autour de 10 à 15%.

Les limites... Le principe d'un vaccin étant d'agir à titre préventif, il ne résoudrait pas le problème de toutes les personnes qui ont déjà une allergie déclarée.

L'homéopathie

Il existe de nombreux remèdes homéopathiques, la plupart ciblant des formes particulières d'allergies.

Ce qu'il en est... Aucune étude sérieuse n'a vraiment pu démontrer l'efficacité de l'homéopathie ou de la phytothérapie sur les allergies. En revanche, la plupart des médecins



Pour éviter de ressembler à ça, mieux vaut se soumettre à un traitement ou envisager une désensibilisation.

Don Hammond/Design Pics/Corbis

reconnaissent que ces traitements agissent parfois de manière spectaculaire sur certaines personnes. Par ailleurs, ils n'engendrent aucun effet secondaire.

Les limites... Parfois ça fonctionne, parfois pas. Tout dépend des patients... ■



Le terrain de jeu est énorme. DR

JEU VIDÉO
Bourré de références, «**Empire Total War**» permet de découvrir l'**histoire** de façon stratégique.
L'histoire en jouant

Loin des blockbusters de science-fiction, le jeu de stratégie «**Empire Total War**», sérieusement référencé, permet de découvrir l'histoire sans y penser et en restant scotché à son moniteur. L'indépendance des colonies britanniques, l'effondrement des vieux empires, bref, l'histoire à l'origine des conflits du XVIIIe siècle y est jouable sous tous les angles possibles. On peut choisir de se la jouer diplomatique, militaire ou d'investir dans la philosophie (!). Ambitieux, ce jeu l'est par son ampleur et sa profondeur. Il prend en compte tous les aspects des conflits: économique, technologique, religieux ou diplomatique, sur un terrain de jeu qui englobe l'Inde, l'Europe et l'Amérique.

BATAILLES INCROYABLES
L'arbre technologique est un facteur-clé dans l'évolution du jeu. Va-t-on se concentrer sur l'industrie pour surpasser par le nombre de troupes ses ennemis ou va-t-on investir dans l'industrie navale et choisir la guerre sur les océans? On peut aussi utiliser sa force navale pour bloquer des ports et empêcher l'arrivée de vivre ou même infiltrer des populations avec des agents religieux pour les influencer.

EN DÉTAIL

«Empire Total War»

NOTE:	★★★★
GENRE:	Stratégie
SUR:	PC
MULTIJOUEUR:	En réseau
DÈS:	Dès 16 ans
PRIX:	79 fr. 90

- Profondeur historique
- Batailles navales fun
- Contenu énorme



Pascalie Bieri

Conférence publique sur les allergies, 23 mars à 18 h 30 aux HUG, à Genève (nouvel auditoire de l'Hôpital des enfants), et même jour, même heure au CHUV, à Lausanne (auditoire Charlotte-Olivier, BH-08)